

Nuevas fronteras en el manejo de trauma y abuso sexual

Investigaciones de estudiantes de postgrado apuntan hacia nuevos conocimientos sobre los impactos psicosociales y neuropsicológicos de abuso sexual infantil y los nuevos enfoques utilizados en el tratamiento.

— Por Abbie Shepard Fields *

Dos décadas después de la publicación original de *Trauma y Recuperación* de Judith Herman, un trabajo seminal que amplió de manera significativa nuestra comprensión de los impactos psicológicos de las experiencias traumáticas, la psicología ha avanzado mucho en su capacidad de medir y comprender los impactos del abuso sexual, gracias, en gran parte, a la capacidad de estudiar el cerebro y las funciones neuropsicológicas. Además, en base de estos nuevos

conocimientos, hay muchos avances en el desarrollo de formas innovadoras de trabajar con las víctimas y sobrevivientes de abuso sexual, saliendo del ámbito puramente psicoanalítico y cognitivo para abordar las secuelas del abuso con enfoques terapéuticos corporales y “experimentales”.

En el mes de abril se celebró en la UCA un foro-conversatorio, donde se presentaron cuatro investigaciones realizadas por estudiantes de la Especialización

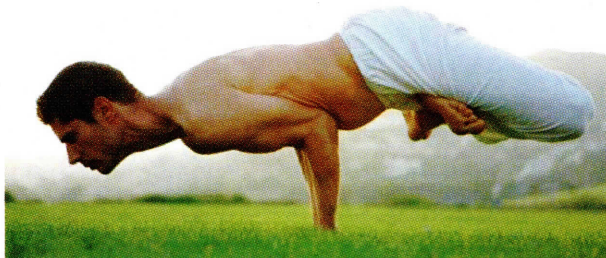
en Trauma Complejo y el Abordaje de Abuso Sexual: “El yoga como terapia complementaria al enfoque de intervención psicoterapéutico género sensitivo para el tratamiento con sobrevivientes de abuso sexual” de Daniel Ruiz Delgadillo; “La vivencia traumática atrapada en el cuerpo. Vivir el cuerpo para tratar el trauma” de Isabel Jódar González; “Terapia narrativa y el abuso sexual” por Imelda Chacón Arauz y Cynthia García Aragón; y “Trauma Complejo: una necesidad diagnóstico” de Nidia Gutiérrez Alguera.

Los dos primeros trabajos exploran planteamientos originales sobre el procesamiento neurológico de las experiencias traumáticas, y están inspirados en autores como Bessel van der Kolk y Peter Levine. También presentan, junto con la tercera investigación, diferentes enfoques de abordaje terapéutico, que han mostrado mejores resultados en la recuperación de las secuelas de la violencia sexual. El cuarto trabajo examina cambios en la definición del TEPT (Trastorno de Estrés Post Traumático) en la nueva edición del manual diagnóstico de la APA (DSM V), y la incorporación del concepto de “Trauma Complejo” en esta nueva formulación.

Uno de los puntos que más se enfatizó en las investigaciones expuestas, es el planteamiento de Bessel van der Kolk que lo cita Isabel Jódar en su ensayo. Para Van der Kolk “la mente procesa los eventos traumáticos y dolorosos desde los sentimientos, sensaciones y emociones que son experimentadas en la vivencia del trauma, que quedan grabadas en

el ser y producen unas improntas que vuelven a ser revividas aunque el hecho traumático ya no se esté produciendo”.

En este mismo sentido Daniel Ruiz señala que “la experiencia que se vivió como traumática para el organismo carece de un contenido narrativo, es decir no se almacenó en la memoria episódica (córtex frontal), sino almacenada en el sistema límbico, y por eso es difícil acceder a la experiencia y controlar



sus manifestaciones clínicas”. Isabel Jódar afirma que por eso, “es necesario ampliar nuestro enfoque corporal y reconocer que además de las palabras y las narraciones es indispensable visibilizar el cuerpo de las personas sobrevivientes, y sobre todo, escuchar lo que dice el cuerpo. Para sanar el trauma hay que recuperar la vida, percibir las sensaciones, experimentar el placer de sentir el cuerpo lleno de vida, habitarlo y recuperar su sabiduría”.

Uno de los enfoques corporales presentado fue el yoga, que ayuda a la sobreviviente a “aprender a tolerar los sentimientos y sensaciones corporales a través de la capacidad de la interocepción [sic] y estar conectado con uno/a mismo/a, darse cuenta de lo que

está pasando dentro de sí mismo/a, y aprender a modular la activación” expresó Daniel Ruiz, autor de la investigación.

Para Imelda Chacón y Cynthia García, la terapia narrativa “ayuda a la persona en la resolución de sus problemas, pero desde una perspectiva dicotómica, es decir que separa a la persona del problema. Éste es externo a ella, ubicándola en un plano distinto. Es un enfoque cuya intervención terapéutica se basa fundamentalmente en la narración de cara a la revelación del secreto con relación al abuso sexual, puede ser muy sanador para las víctimas, ya que la narrativa no sólo permite hacer visible la experiencia, sino que le permite organizarla y darle un nuevo significado, para luego ser incorporada y narrarla nuevamente, a través de historias paralelas”.

Según Daniel Ruiz, aunque el yoga dará sanación al cuerpo de las secuelas emocionales, como es la disociación y la activación, dicho proceso quedará deficiente si las sobrevivientes no se empoderan sobre la construcción social del género que las hizo víctima del abuso. Aunque el yoga puede facilitar la recuperación emocional del cuerpo, sin un proceso terapéutico con enfoque de género y derechos humanos, las mujeres, niños/as y adolescentes seguirán siendo violentados/as por el sistema opresor sin que descubran sus recursos personales y sociales para defenderse antes los ataques diversos del patriarcado.

* Coordinadora de la Especialización en Manejo de Trauma Complejo y Abuso Sexual.